

MAGAZIN DER JUGEND DES DEUTSCHEN ALPENVEREINS. AUSGABE 04/2008



KNOTENPUNKT.

Ich gehe gern S. 57 || Berglauf ist Hochgenuss S. 58 || Volkssport Wandern S. 60 || Gehts noch? S. 61 ||
Porträt: Blasenpflaster S. 62 || Ich gehe nicht. S. 62 || Kinderseite: Gämschenklein S. 63 || Hausberg: Entschleunigen
auf der Willersalpe S. 64 || Erbse-Comic S. 64



A geh!

Gedanken vom
und zum Gehen

Vom Gehen

„Should I stay or should I go?“ schrammelte die Punkrockband The Clash Anfang der 1980er Jahre erfolgreich auf Vinyl. Diese Frage stellen sich an jedem Wochenende auch Heerscharen von potenziellen (Berg-) Wanderern beim morgendlichen Blick aus dem heimischen Küchen- oder alpinen Hüttenfenster. Je schöner das Wetter, umso mehr machen sich dann (je nach Freiwilligkeitsgrad) mutig bis misstrauisch auf den Weg, um ihren alpinen Ge(h)lüssen zu frönen. Vom durch Gruppenerlebnisse gezeichneten Massentrampelpfad bis zum einzelkämpferisch GPS-gestützten Geheimtipp findet Jede/r ihren/seinen Weg ins und im Gebirge. Schließlich können Hunderttausende nicht irren – oder doch?

Eine anregende Lektüre wünscht euer
KNOTENPUNKT-Redaktionsteam



München

AUTOREN DIESER AUSGABE:



Warum es ein Hochgenuss sein kann, wie ein vergifteter Affe einen Berg hinaufzurennen, versucht Stefan Hoh von einem erfolgreichen Bergläufer zu erfahren.

Seite 58



Dem Phänomen des Volkssportes Wandern versuchen Ulrike Maurus und Daniela Erhard auf die Schliche zu kommen.

Seite 60



Philipp Radtke will weder gehen noch gar rennen; er kann der Fortbewegungsart auf zwei Beinen nichts abgewinnen und begründet dies auch.

Seite 62

IMPRESSUM

Weitere Autoren dieser Ausgabe: Thomas Ebert, Margret Hornsteiner, Katrin Lederer. Herausgeber: Jugend des Deutschen Alpenvereins. Bundesjugendleiter: Hannes Boneberger. Redaktion: Georg Hohenester (verantwortl.) in Zusammenarbeit mit dem KNOTENPUNKT-Redaktionsteam. Beiträge in Wort und Bild

an den DAV, Redaktion KNOTENPUNKT, Von-Kahr-Straße 2-4, 80997 München. Die Beiträge geben immer die Meinung der Verfasser, nicht die der Jugend des Deutschen Alpenvereins wieder.

Diese Publikation wird gefördert aus Mitteln des Kinder- und Jugendplans des Bundes. Nachdruck nur mit Genehmigung der Redaktion.

Gestaltung und Produktion: SENSiT Communication, www.sensit.de. Titellillustration: Astrid Schulz.



Ich gehe gern.

DER WEITE WEG ZUM GLÜCKLICHSEIN



[Text: Margret Hornsteiner, Foto: Caro Schulze]

„Absolut befreiend und einfach das komplette Glück“, so schwärmt Caro Schulze vom Weitwandern. Nach dem Abitur macht sie sich im August 2006 zu Fuß auf den Weg von München nach Venedig. Nicht die viel gepriesenen Ausblicke reizen die damals 19-Jährige an der Tour, sondern die sportliche Herausforderung: 500 Kilometer und ca. 20.000 Höhenmeter in 28 Tagen, ohne Ruhetag und den Annehmlichkeiten von Bus oder Seilbahn. Die Alpenüberquerung ist ihr großer Traum, doch würde sie es bis nach Venedig schaffen? Schon nach wenigen Metern drückt Caro die erste Blase am linken Fuß. Als sie endlich in die Berge kommt, wird das Wetter immer schlechter. „Ein starker Wille und nette Wegbegleiter sind das Wichtigste“, meint Caro,

„besonders wenn die Füße richtig wehtun und es tagelang regnet und schneit.“

Beim Weitwandern verändert sich die Bedeutung von Zeit. Nur noch drei Dinge bestimmen den Tagesrhythmus: gehen, essen und schlafen. „Man lebt total im Jetzt und nimmt alles hundertprozentig wahr – die Natur, die Stille, die Langsamkeit. Es ist ein Gefühl von Glücklichkeit und vollkommener Zufriedenheit“, erzählt Caro begeistert. Als sie und ihre Mitstreiter schließlich in Venedig ankommen, ist plötzlich alles vorbei. Kein Wanderführer sagt mehr, wohin sie gehen sollen und wie lange sie unterwegs sein werden. Im gleichen Moment wird ihnen klar, dass sie es tatsächlich an ihr Ziel geschafft haben.

Siehe auch S. 62

Berglauf ist Hochgenuss

[Interview: Stefan Hoh, Foto: dein-lauf.de/Laufsport Saukel]

INTERVIEW MIT EINEM WELTMEISTER

„Was machen Sie denn da?“ Ob aus Bewunderung oder Unverständnis, sein Tun ist erklärungsbedürftig. Helmut Schießl ist Deutschlands erfolgreichster Bergläufer. Mehrfach wurde er Deutscher Meister im Berglauf, 2005 sogar Berglaufweltmeister. Nachdem er eineinhalb Jahre als Vollprofi „am Berg geschuftet“ hat, widmet sich der 36-jährige Allgäuer aus Buchenberg seit vergangenem Jahr wieder seinem Beruf als Schreiner. Ein Gespräch über seinen Wandel vom „Hallodri“ zum Ausnahmeathleten, Hinterteil-klopfende Italiener und darüber, wie man als Letzter Erster wird.

Helmut, wie viele Laufschuhe hast du im Regal stehen?

Wohl mehr als meine Freundin Schuhe hat. So an die vier bis fünf Paar dürften es sicher sein. Hinzu kommen noch zwei bis drei Wettkampfschuhe, die ich je nach Gelände und Wetter auswähle.

Früher Antisportler, heute Ausnahmeläufer. Wie bist du zum Berglauf gekommen?

Eigentlich auf Umwegen. Aus der Not heraus, nach einer Polizeikontrolle keinen Führerschein mehr zu besitzen, bin ich fortan die acht Kilometer ins Geschäft geradelt. Erst auf kürzestem Weg mit Pausen, später über Umwege. Irgendwann bin ich zum Laufen gekommen: Straßenläufe, Marathon und letztlich Ultra-Läufe. Da ich im Allgäu wohne, war der Schritt zum Berglauf nicht mehr weit.

Vom Partymenschen zum Asketen?

Nicht ganz. Früher waren für mich die Nacht, Alkohol und Zigaretten wichtiger, heute ist es das Tagesprogramm. Getan habe ich letztlich aber immer, was mir Spaß macht: Statt einer langen Nacht sind es heute die Bergläufe. Abends ausgehen und Freunde treffen gefällt mir nach wie vor. Aber nach zwei bis drei Bieren ist spätestens Schluss.

Als eigener Trainer stellst du dich bei Wind und Wetter vor die Tür. Was treibt dich an?

Berglauf ist ein gigantisches Naturerlebnis und muss Spaß machen, auch im Wettkampf. Bahntraining nervt mich wie die Sau, da ist mir ein langer Lauf mit dem Trinkrucksack allemal lieber. Als Autodidakt bin ich zeitlich flexibel – mal trainiere ich vor, mal nach der Arbeit. Im Wettkampf

laufe ich nie gegen andere oder um eine Platzierung. Was zählt, ist nur die Leistung, die ich bringe, und die bemisst sich in meiner Zeit, nicht in der der Konkurrenz. In meiner Zeit als Vollprofi war aber auch die Höhe des Antritts- und Preisgeldes wichtig. Reich wird man dabei nicht, aber in Italien gibt's schon mal 2000 Euro für den Erstplatzierten. Zusammen mit Sponsorengeldern genug für ein paar Wochen auf dem Campingplatz.

Du hast im Wohnwagen oder Zelt gewohnt?

Ja, mit einem aufgemöbelten Wohnwagen aus den späten 60ern bin von Rennen zu Rennen gefahren. Als Berglauf-Tourist habe ich so die schönsten Landschaften in Europa bereist. Auf

Die Italiener sind richtig berglauf-fanatisch und klopfen dir beim Laufen auch mal auf den Hintern.

den Zeltplätzen trifft man meist auf andere Bergläufer. Daraus haben sich gute Freundschaften entwickelt. Manchmal wurde man vom Veranstalter auch in ein Hotel einquartiert – das war dann schon besonderer Luxus.

Gibt es einen Wettkampf, der dir besonders in Erinnerung geblieben ist?

Eigentlich bin ich zu viele schöne Strecken gelaufen, als dass ich mich auf eine festlegen möchte.

Die Rennen in Italien sind aber immer etwas Besonderes: Die Italiener sind richtig berglauf-fanatisch und klopfen dir beim Laufen auch mal auf den Hintern. Auch die Strecken in Norwegen haben ihren Reiz: Wenn du nach getaner Arbeit oben stehst und den ganzen Fjord überblickst, ist das schon ein gigantisches Gefühl. Da wird einem immer bewusst, was man alles zu leisten vermag.

Beim Trollinger-Marathon in Heilbronn hast du den Start verschlafen und bist dennoch als Erster durchs Ziel gelaufen. Ohne eine Abkürzung zu nehmen?

Ohne Abkürzung. Ich war drei Minuten zu spät dran und bin die ersten 18 Kilometer allein dem Hauptfeld hinterhergerannt. Ich war derart stinksauer auf den verpatzten Start, dass ich letztlich mit eineinhalb Minuten Vorsprung im Ziel eingelaufen bin. Sogar für einen neuen Streckenrekord hat es gereicht.

Dabei kannst du klassischen Straßenläufen nur wenig abgewinnen.

Stimmt. Beim Laufen geht es mir auch um das Landschaftserlebnis, und da haben die Berge mehr zu bieten als jeder Stadtmarathon. Zugegeben, einmal war ich in Köln dabei, da war die Stimmung am Straßenrand schon ein tolles Erlebnis.

Nimmst du im Wettkampf die Umgebung überhaupt wahr oder bist du stets nur auf den nächsten Schritt fokussiert?

Ein Rennen bedeutet primär Stress für den Körper. Aber die Konzentration gilt natürlich auch



der Strecke, zumal Laufen in alpinem Gelände besondere Gefahren birgt. Nicht zuletzt suche ich mir Wettkämpfe aber auch danach aus, wie landschaftlich reizvoll die Strecke ist.

Stichwort Gefahren. Schon mal den Fuß verdreht oder bist du bisher von Verletzungen verschont geblieben?

In Italien hatte ich mir beim Lauf auf den Monte Digiir faustdicke Blasen geholt – eine ausgesprochen schmerzhaft Angelegenheit. Glücklicherweise bin ich bisher aber von größeren Blessuren verschont geblieben. Präventiv wirkt

sicher auch, dass ich neben dem Laufen noch allerhand andere Sportarten betreibe: Langlauf und Skitouren im Winter, Wandern, Klettern und Radfahren die Sommermonate über. Wichtig ist nicht nur die Ausdauer, sondern auch die Kraft in den Beinen.

Aha, also doch auch genussvolles Wandern. Dabei hat dein nächstes Projekt mit Gemächlichkeit wenig gemein.

Momentan bereite ich mich auf die Berglauf-Europameisterschaft im Baskenland vor. Der Lauf geht über 42 Kilometer und 2700 Höhen-

meter. 30.000 Zuschauer am Streckenrand und eine grandiose Landschaft entschädigen aber für jede Anstrengung.

Hast du abschließend noch Tipps für angehende Berglauf-Aspiranten?

Viele Hobbyläufer trainieren zu verbissen und zu einseitig, kommen von einer Verletzung in die andere. Vielfalt im Training ist ganz wichtig, nur immer Laufen macht dich auch nicht schneller. Intuition, auf den eigenen Körper hören, ist besser als jeder Trainingsplan. Ich glaube, Körpergefühl ist mein größtes Talent.

Volkssport Wandern



Immer wieder samstags ist es soweit: Wenn Jörg Kachelmann gutes Wetter ansagt, hat Deutschland Ausgang und ist „dann mal weg“. Wer immer noch denkt, Fußball wäre der Volkssport schlechthin, liegt voll daneben. Gehen ist Trend – 40 Millionen Paar Wanderschuhe können nicht irren.

[Text und Fotos: Ulrike Maurus, Daniela Erhard]



Er mit Rucksack, Hut und Wanderstab, Sie im Kleid mit wehenden Haaren dahinter. So stellen uns die Straßenverkehrsordnung auf Richtzeichen 317 lange Zeit das typische Ausflugspar vor. Auf den modernen Wanderparkplatzschildern gibt es keine Geschlechter mehr und keine Rucksäcke. Inzwischen spazieren durch Deutschlands Schilderwald kahlköpfige Strichmännchen.

Sie sind die ersten Mitstreiter, die einem beim Wandern begegnen, und sie signalisieren nicht nur, wo wir unsere Autos abzustellen haben. Die Männchen teilen uns mit: You'll never walk alone!

Zwischen den Karossen am Bergfuß ist eine Menge los. Ein Pärchen hat über dem Dach seines Autos die Wanderkarte ausgebreitet und bespricht noch einmal die Route. Eine Handvoll zünftig gekleideter Wanderer quetscht sich zwischen den Fahrzeugen hindurch zum Beginn des Normalwegs. Und in der Schlange vorm Lift verreiben die Wartenden die letzten Spuren Sonnenmilch auf der Haut, bevor es losgeht.

Endlich schließen sich die Schiebetüren der Sesselbahnstation hinter einem Rucksäckchen. Nach einem letzten mitleidigen Blick zur Gruppe auf dem Parkplatz ist auch der dazugehörige Dackel verschwunden: „Die wollen den schweißtreibenden Aufstieg tatsächlich altmodisch zu Fuß meistern, während Herrchen und Frauchen genüsslich nach oben schweben ...“

Auch an den aufbrechenden Wanderern ist der Fortschritt nicht spurlos vorbeigegangen: Mit Regenjacken und winddichten Pullovern geben

sie ein buntes Bild ab. Keiner möchte auf diese legalen leistungssteigernden Kostbarkeiten verzichten. Kritisch beäugt wird dagegen der ausgeblühte Rucksack, der vermutlich mehrere Jahrzehnte zuvor einmal rosa war.

Kaum ist der Trupp gestartet, wird der bisher Führende Opfer eines Überholmanövers. Denn auf den Wanderwegen der Alpen gilt:

- § 1 Zeitangaben sind einzig und allein dazu da, um unterboten zu werden.
- § 2 Jeder vor mir auftauchende Wanderer muss schnellstmöglich eingeholt und überholt werden.
- § 3 Je mehr Leute beim Aufstieg abgehängt werden, desto besser.

Wer das Tempo nicht halten kann oder aus anderen Gründen eine Pause braucht, hat verloren und muss sich von hinten wieder herankämpfen.

Der Herr in der Kniebundhose hat keine Lust auf diesen Stress. Zügig, aber ohne Eile, schreitet



er bergauf. Bei jedem Schritt zeichnet sich die gut trainierte Wadenmuskulatur unter der gebräunten Haut des Mittsechzigers ab. Sein Wanderspaß heißt Wanderpass. Ein Stempel fehlt noch in dem kleinen Heft, dann hat er sich die goldene Nadel erlaufen. Dass er so etwas öfter macht, zeigt ein Blick auf den altgedienten Rucksack. Dort prangen die Trophäen vergangener Touren, Edelblech in Gold, Silber und Bronze schimmert in der Sonne. Auf dem Weg zum Stempelkasten wippen die Abzeichen leise scheppernd im Takt der Schritte mit, während gerade ein weiterer Jungspund an dem heimlichen Wanderkaiser vorbeisprintet.

Erst am Gipfel sind alle wieder vereint: So gar der Dackel hat den Marsch von der Bergstation unbeschadet überstanden. Schwanzwe-

delnd rennt er, soweit es seine flexible Hundeleine erlaubt, umher und begrüßt die Neuankömmlinge. Unter viel „Ah, wie ist das Panorama schön!“ werden die Rucksäcke entleert. Eine üppige Brotzeit da, ein Müsliriegel auf der anderen

Der Herr in der Kniebundhose hat keine Lust auf diesen Stress.

Seite. Der sportliche Ehrgeiz verbietet jedoch neidische Seitenblicke auf das appetitliche Wurstbrot, denn auch ein Riegel liefert die nötige Energie für weitere Heldentaten. Es steht „noch kurz“ der 500-Höhenmeter-Anstieg des

Nachbargipfels auf dem Programm. Getreu dem Motto „Wandern ist Ge(h)nuss“ entscheiden sich die anderen für den Panoramaweg, der eine grandiose Aussicht und blühende Bergwiesen verspricht. Der Abzeichensammler muss allerdings erst einen Blick in die Wanderpass-Karte werfen. Doch weil es auf dem Abstecher keinen Stempel zu holen gibt, lässt auch er den zusätzlichen Gipfel links liegen.

Später auf der Hütte herrscht geschäftiges Treiben. Zufrieden beobachtet der Dackel, wie sein Herrchen die fotografischen Trophäen des Tages herzeigt und dabei einem geschafft, aber glücklich dreinblickenden Wanderer zuprostet: „Auf diesen wunderschönen Wandertag!“ Vielleicht ist ja auch nächstes Wochenende wieder Kachelmann-Wetter ...



Geht's noch? [Text: Katrin Lederer]

„Ach geh, wandern gehen? Nein, geht gar nicht“,
sagt der eine.
„Was geht in dir vor? Das lasse ich nicht durchgehen“,
sagt der andere.
„Lass doch die anderen mitgehen“,
sagt der eine.
„Gehen lässt du dich“, sagt der andere.

*Dem einen vergeht's beim bloßen Gedanken,
der andere ergeht sich in langen Ausführungen
über die Vorzüge des Gehens.*

„Geh noch mal in dich“, sagt der eine.
„Wie kann ich's umgehen“, denkt der andere.

*So geht's dahin bis einer lächelt, auf den andern
zugeht und denkt „Wird schon vorübergehen.“*

PORTRÄT

Blasenpflaster

GEHEN: EINFACH KOMPLIZIERT!

Gehen könnte so einfach sein. Ohne Schnickschnack einen Fuß vor den anderen setzen, die simpelste Form der Fortbewegung. Doch wer es dabei übertreibt, läuft sich Blasen und kommt einfach nicht mehr weiter. Dann hilft nur noch eine „Superabsorber enthaltende klebende Polyurethan-Matrix“¹. Diese hydrokolloide Schaumwundauflage (Volksmund: Blasenpflaster) wirkt

wie ein Kaugummi bei der Arbeit: Sie lindert die Schmerzen, und zwar je länger desto zäher. Das KNOTENPUNKT-Redaktionsteam erwartet, dass das Blasenpflaster – bei der gegenwärtigen Entwicklung des Bergsteigens – in Sachen Bedarf und Verbrauch in Kürze mit dem Kaugummi gleichziehen wird. Dem eigentlichen Gehwerkzeug ist es ohnehin in vielen Punkten eben-

bütig: Die Preise der inzwischen zehn Hersteller sind saftig (Testbericht: „Sind die aus Gold oder Edelsteinen?“²), die Auswahl riesig (durchsichtig für „Party Feet“, Zehenpflaster, Druckschutzinge, vorbeugendes Blasenschutzgel ...), und für jede Tour braucht man ein anderes. Gehen kann eben sehr kompliziert sein.

[Text und Foto : Thomas Ebert]

Ich gehe nicht.

EIN APPELL AN DIE VERNUNFT [Text: Philipp Radtke, Foto: Horst Länger]

Das Gehen an sich wird völlig überschätzt. Klar, es ermöglicht Menschen, von A nach B zu kommen, aber zu welchem Preis? Abgesehen von der Anstrengung, welche im Übrigen in keiner vernünftigen Relation zu dem Ergebnis steht, ist es in erster Linie das Tempo, welches die ganz Sache endgültig indiskutabel macht: Man ist einfach nur unglaublich langsam. Gehen ist im Prinzip nichts anderes als eine weiterentwickelte Form des Kriechens. So wie die Schnecken. Eine Ausnahmestellung nimmt das Klettern ein. Klettern ist ja quasi der Höhepunkt der Evolution des Gehens, die Königsdisziplin: Kriechen – Gehen – Klettern. Das geht durch. Dafür kann man sogar durchaus einmal einen Zustieg (Zukriech) in Kauf nehmen.

„Vogel fliegt, Fisch schwimmt, Mensch läuft.“

Die tschechische Leichtathletiklegende Emil „Die Lokomotive“ Zátopek wird gern mit dieser Antwort auf die Frage, warum er denn überhaupt läuft, zitiert. Das kann man durchaus so stehen lassen, zumal es einfach witzig ist. Und doch übersah er bei seiner Antwort einige wichtige Variationen der menschlichen Fortbewegung. Man beachte nur seinen Spitznamen „Die tschechische Lokomotive“. Lokomotive! Na, klingelt's? Es gibt also ganz offensichtlich überlegene Arten der Fortbewegung, denn der Mensch unterscheidet sich ja angeblich vom Tier da-



durch, dass er sich im großen Maße Werkzeuge zu Nutze macht.

Die Zauberworte bei der Fortbewegung im Gebirge heißen Fahrrad, in seiner speziellen Form das Mountainbike, bzw. das winterliche Pendant, die Tourenski. Im Gegensatz zu Emil Zátopek, der sich wohl vornehmlich in der Ebene fortbewegte, haben Bergsteiger das große Handicap, dass es sie mit großer Regelmäßigkeit genau dorthin zieht, wo es ohne Ende entweder bergauf oder bergab geht. Selbst beim Bergauf-Teil geht es mit Ski oder Rad oft leichter, doch richtig grandios wird's, wenn es runter geht. Schadenfreude wegen der vielen überholten (Schneeschu-)Geher? Nein, es ist eher wie das Mitleid, welches ein Erleuchteter mit denen hat, die ein Leben in Finsternis führen müssen. Der

erleuchtete Dalai Lama überholt auf Mountainbiketour den in Umnachtung wandernden Sektengeschädigten Tom Cruise – ein schönes Bild.

Der Einwand der Geh-Sympatisanten ist absehbar. Alle im Gleichschritt, rufen sie im Chor: „Aber Gehen ist doch toll, das ist so beruhigend und man kann ganz klare Gedanken fassen, das ist fast wie Meditieren!“ O.k., ich radel schon mal vor, und mit der gewonnenen Zeit setze ich mich mit meinem Steckerleis (ja selbst für Eiskäufen war noch Zeit!) unter einen Baum und entspanne mal so richtig, ohne mich Schritt für Schritt kriechend irgendwo hinbegeben zu müssen. Außerdem ist Meditation wiederum nur eine veredelte Form der Langeweile.

Also, gehet hin in Frieden – also ich mein, radelt hin oder nehmt die Ski! Siehe auch S.57

¹) www.freepatentsonline.com/EP1190722A.html

²) www.ciao.de/Hansaplast_Footcare_Blasen_Pflaster_Test_3208385



GÄMSCHEN KLEIN

Auf dem Gipfel ist die Medaille.
Wer die zurück bringt, ist der
IRON-GÄMS MÄN! Bis heute
hat das noch keiner
geschafft!



Entschleunigen auf der Willersalpe

Nach wenigen Tagen schon werden die Abdrücke im frischen Fleisch verblichen sein. Einzig die Hufabdrücke im feuchten Boden legen dann noch Zeugnis von jenem Kraftakt ab, der die Nylonriemen des Rucksacks tief in die Schultern schnitt, Schweiß aus allen Poren trieb. Jeden zweiten Tag winden sich die Wirtsleute und ihre Lastenträger in engen Serpentinauf

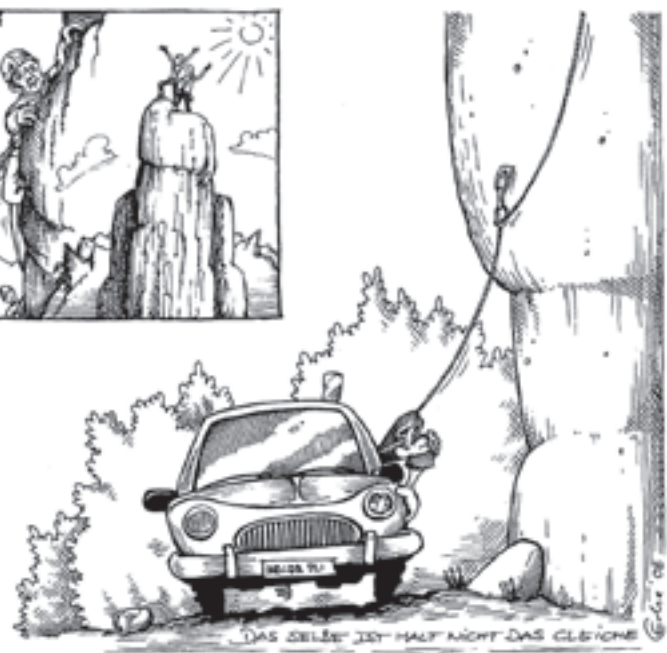
in das kleine Hochtal bei Hinterstein. Einen Fahrweg gibt und braucht es nicht, so die drei Hüttenpächter Stefan, Christian und Markus. Was nicht in den Rucksack passt, wird zwei Haflinger-Pferden auf den Rücken geschnürt. Zweieinhalb bis drei Stunden ist die Karawane unterwegs zur knapp 1500 Meter hoch gelegenen Willersalpe. Wer deshalb kulinarische Entbehrungen vermutet, sei eines Besseren belehrt: Neben Milch von 25 Kühen, die als würziger Allgäuer Bergkäse auf den Tisch kommt, fließt dort auch frisch gezapf-

tes Bier vom Fass. Von der traditionellen Almbevirtschaftung zeigte sich unlängst auch Mountain Wilderness Deutschland überzeugt. Die Organisation, die sich dem Erhalt altbewährter Wirtschaftsweisen verschrieben hat, zeichnete die Willersalpe jüngst mit dem „Entschleunigungspreis“ aus. Entdecken lässt sich die Langsamkeit von Anfang Mai bis Ende Oktober – von Hinterstein aus auch mit einem leichten Tagesrucksack.

[Text und Foto: Stefan Hoh]



KLETTERN GEHEN...



KNOTENPUNKT. 5/2008 VORSCHAU

Mit List(en) und Tücke. Nicht nur in und out, nicht nur auf und ab: Skandale, Zitate und vieles mehr – die ultimativen Sammlungen aus der Welt der Berge.